

Virus de Zika



¿Qué es el virus de Zika? El virus de Zika se contagia a las personas por medio de la picadura de mosquitos. Los síntomas más frecuentes del virus de Zika son: fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones y conjuntivitis (ojos rojos).

¿Cómo se contagia el virus de Zika? El virus de Zika se contagia a las personas principalmente por medio de la picadura de un mosquito infectado de la especie *Aedes*. Los mosquitos suelen depositar huevos en aguas estancadas y cerca de ellas, en ciertos elementos tales como baldes, recipientes, comederos de animales, macetas y floreros. Son agresivos picadores diurnos, prefieren picar a las personas y viven tanto en interiores como en exteriores, cerca de la gente. Los mosquitos contraen la infección cuando se alimentan de una persona que ya está infectada con el virus. Entonces, los mosquitos infectados pueden contagiar el virus a otras personas por medio de las picaduras. Una madre infectada con el virus de Zika que se encuentre próxima a la fecha de parto puede transmitirle el virus a su hijo al momento del nacimiento. También es posible que el virus de Zika se transmita de la madre al feto durante el embarazo.

El Zika es un virus incipiente. Hasta enero de 2016, no había informes de niños que se hubieran contagiado el virus de Zika por medio de la lactancia. Dados los beneficios que presenta la leche materna, se alienta a las madres a amamantar a sus bebés, incluso en las zonas donde prevalece el virus de Zika. A enero de 2016, había una denuncia de posible contagio del virus de Zika por transfusión de sangre y otra de posible contagio por contacto sexual.

¿Cuáles son los síntomas del virus de Zika? Aproximadamente una de cada cinco personas infectadas con el virus de Zika se enferma (es decir, desarrolla el virus de Zika). Los síntomas más frecuentes del virus de Zika son: fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones y conjuntivitis (ojos rojos). Otros síntomas comunes pueden ser dolor muscular y dolor de cabeza. La enfermedad suele ser moderada y presenta síntomas que duran de varios días a una semana. Es poco frecuente que la enfermedad se agrave y requiera hospitalización. Los fallecimientos producto del virus de Zika son muy poco frecuentes. Consulte a su proveedor de atención médica si presenta estos síntomas y ha estado en una zona con prevalencia del virus de Zika. Si viajó hace poco tiempo, informe a su prestador de atención médica cuándo y dónde viajó.

¿Cómo se trata el virus de Zika? No hay vacunas ni medicamentos disponibles para evitar o tratar las infecciones provocadas por el virus de Zika.

Para tratar los síntomas, es necesario:

- Descansar mucho.
- Tomar líquido para evitar la deshidratación.
- Tomar medicamentos, como acetaminofén o paracetamol, para aliviar la fiebre y el dolor.
- Evitar las aspirinas y otros medicamentos antiinflamatorios no esteroides (NSAID, por sus siglas en inglés), como el ibuprofeno y el naproxeno, hasta que se pueda descartar el dengue, a fin de reducir el riesgo de que se produzcan hemorragias. Si toma medicamentos para tratar otra afección médica, consulte a su proveedor de atención médica antes de tomar otros medicamentos.

¿Qué debo hacer si contraigo el virus de Zika? Si contrae el virus de Zika, evite las picaduras de mosquito durante la primera semana de la enfermedad.

- Durante la primera semana de la infección, el virus de Zika se encuentra en la sangre, motivo por el cual puede transmitirse de una persona infectada a un mosquito por medio de la picadura.
- Luego, los mosquitos infectados pueden propagar el virus a otras personas.

La mejor forma de no contraer el virus de Zika es evitar las picaduras de mosquito.

¿Qué puedo hacer? Protéjase usando las 4 E

Emplear repelente todo el día, todos los días: Siempre que esté al aire libre, utilice repelente para insectos que contenga DEET (N,N-dietil-meta-toluamida) u otro repelente aprobado por la EPA y siga las instrucciones.

Elegir la vestimenta adecuada: Utilice indumentaria larga, holgada y de colores claros cuando esté al aire libre.

Eliminar las concentraciones de agua: Elimine todo tipo de agua estancada que haya en su casa y alrededor de ella.

Evitar las actividades en determinados horarios: Restrinja las actividades al aire libre al amanecer y al atardecer, cuando los mosquitos están más activos.

Además de las 4 E, quienes viajen pueden protegerse de la siguiente manera:

- Elegir un hotel o un alojamiento con aire acondicionado o con mosquitero en puertas y ventanas.
- Colocar mosquiteros sobre la cama si se encuentra al aire libre o en una habitación que no tenga buena protección.